

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №46»

Рассмотрена на заседании педагогического  
совета  
Протокол № 1 от «28» августа 2024г.



«Утверждено»  
Директор MAOU «СОШ №46»  
О.А.Иушкарева  
Приказ № 68 от 30.08.2024г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
спортивной направленности**

**«Спортивные игры»**

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель программы: Нигматуллин Артур Шарифнурович,  
педагог дополнительного образования

Ижевск, 2024

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

## **1.1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурноспортивной направленности ««Спортивные игры»» направлена на формирование культуры двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья детей, развитие координационных способностей и основывается на физических и физиологических возрастных особенностях детей.

**Направленность:** физкультурно-оздоровительная

**Актуальность программы.**

В современных образовательных условиях данная программа восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Спортивные игры создают условия для сплоченности, целеустремленности, дисциплинированности обучающихся, воспитывают чувство товарищества. Спортивные игры в качестве средства физического воспитания способствуют совершенствованию физических качеств обучающихся.

**Отличительные особенности данной программы:**

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях. В секцию принимаются дети, допущенные врачом к занятиям физической культурой.

**Новизна программы** заключается в целевом использовании игрового метода для достижения поставленных задач и получения результатов, для комплексного развития двигательной деятельности, которая позволяет формировать такие личностные качества как ловкость, быстроту ориентировки, самостоятельность, инициативность в ненавязчивой форме.

Занятия по программе позволяют обучающимся восполнить недостаток двигательной активности. Спортивные игры активизируют внимание обучающихся, повышают эмоциональное состояние, благотворно влияют на повышение работоспособности.

Освоение программы позволит школьникам успешно овладевать нормативами комплекса ГТО, осваивать программу по физическому воспитанию в образовательных организациях, формировать морально-волевые качества.

**Уровень сложности программы:** стартовый

Стартовый уровень программы носит массовый характер и предназначен для детей, пришедших без специального отбора, имеющих разрешение врача.

**Адресат программы**

Программа рассчитана для обучающихся 13 - 17 лет с допуском врача без специальной физической подготовки.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Режим занятий:** 3 раза в неделю по 2 часа.

**Часовой объем программы:**

За весь срок реализации: 18 часов ( в неделю).

**Форма обучения:** Очная.

**Форма организации образовательного процесса:** Групповая.

**Наполняемость групп:**

Ожидаемое минимальное число детей -15 человек Максимальное число детей – 25 человек.

**1.2. Цель программы:** физическое развитие и формирование культуры двигательной активности обучающихся средствами подвижных и спортивных игр.

**Задачи программы:**

Научить детей играть самостоятельно в Спортивные игры с учётом техники безопасности.

Развивать силу, выносливость, быстроту, координацию, гибкость, сообразительность, внимание, быстроту реакции и так же эмоциональночувственную сферу, активно включаться в коллективную деятельность.

Формировать культуру двигательной активности и игрового общения, укреплять здоровье обучающихся.

### Особенности содержания программы

#### 1.3. Учебно-тематический план

Название раздела. Тема занятия.	Количество часов			Форма контроля
	Общее колво часов	Теория	Практика	
<b>Вводное занятие. Техника безопасности</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
<b>1. Спортивные игры</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
1.1 Мини-футбол	2	1	1	тестирование физических данных учащихся, наблюдение, соревнование
1.2 Баскетбол	2	1	1	наблюдение, опрос
1.3 Бадминтон	2	1	1	наблюдение, соревнование
<b>2. «Спортивные игры»</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
2.1 Перестрелка	2	1	1	наблюдение
2.2 Пионербол	2	1	1	наблюдение
2.3 Салки	2	1	1	наблюдение
<b>3. Организация и проведение спортивных мероприятий</b>	<b>5</b>	-	<b>5</b>	эстафета, соревнование, турнир, опрос
<b>Итого</b>	<b>18</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	

## Содержание учебного плана

**Тема 1.1** Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Теория. Инструктаж по ТБ. Понятие правил игры, выработка правил. Практика. Игра «Мини-футбол».

Форма контроля. Тестирование физических данных учащихся.

**Тема 1.2.** Удар по неподвижному и катящему мячу. Теория. Удар по неподвижному и катящему мячу. Практика. Специальные упражнения в парах.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.3.** Остановка мяча, ведение мяча. Теория. Остановка мяча, ведение мяча. Практика. Игра «Мини-футбол».

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.4.** Остановка мяча, ведение мяча. Теория. Остановка мяча, ведение мяча. Практика. Игра «Мини-футбол».

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.5.** Удары по воротам. Теория. Удары по воротам. Практика. Игра «Минифутбол».

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.6.** Игра «Мини-футбол». Теория. Практика. Игра «Мини-футбол».

Форма контроля. Наблюдение, соревнование.

**Тема 1.7.** Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Теория. Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. Цель игры, правила игры. Практика. Передвижение без мяча.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.8.** Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Теория. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Практика. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай-поймай».

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.9.** Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Теория. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Практика. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Игра «Бросай-поймай».

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.10.** Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Теория. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Практика. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.11.** Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Теория. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Практика. Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.12.** Бросок мяча в щит. Бросок мяча в корзину. Теория. Бросок мяча в щит. Бросок мяча в корзину. Практика. Бросок мяча в щит. Бросок мяча в корзину.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.13.** Бросок мяча в щит. Бросок мяча в корзину. Теория. Бросок мяча в щит.

Бросок мяча в корзину. Практика. Бросок мяча в щит. Бросок мяча в корзину.

Форма контроля. Наблюдение, опрос.

**Тема 1.14.** Правила безопасности на занятиях бадминтоном. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре. Теория. Инструктаж по технике безопасности на занятиях бадминтоном. Понятия ракетка, волан, цель и правила игры. Практика. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.15.** Отбивание волана ракеткой над собой и в паре. Теория. Практика. Отбивание волана ракеткой над собой и в паре.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.16.** Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре. Теория. Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре. Практика. Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.17.** Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре. Теория. Практика. Перекидывание волана ракеткой через сетку в паре.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.18.** Поддача волана. Теория. Поддача волана. Практика. Поддача волана.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 1.19.** Поддача волана. Теория. Практика. Поддача волана, соревнование.

Форма контроля. Наблюдение, соревнование.

**Тема 2.1.** Игра «Перестрелка» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Перестрелка»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.2.** Игра «Перестрелка» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Перестрелка»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.3.** Игра «Пионербол» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Пионербол»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.4.** Игра «Пионербол» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Пионербол»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.5.** Игра «Пионербол» Теория. Практика. Игра «Пионербол»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.6.** Игра «Пионербол» Теория. Практика. Игра «Пионербол»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.7.** Игра «Пионербол» Теория. Практика. Игра «Пионербол»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.8.** Игра «Салки» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Салки»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 2.9.** Игра «Салки» Теория. Правила игры. Практика. Игра «Салки»

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 3.1.** Эстафета. Практика. Эстафета.

Форма контроля. Наблюдение, эстафета.

**Тема 3.2.** Соревнование по пионерболу. Практика. Соревнование по пионерболу.

Форма контроля. Наблюдение.

**Тема 3.3.** Футбольный турнир. Практика. Футбольный турнир.

Форма контроля. Наблюдение, турнир.

**Тема 3.4.** Соревнование по бадминтону. Практика. Соревнование по бадминтону.

Форма контроля. Наблюдение, соревнование.

**Тема 3.5.** Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие». Практика. «Спортивные игры», спортивные конкурсы. Форма контроля. Наблюдение, опрос.

#### **1.4. Планируемые результаты:**

По окончанию **программы** обучающиеся достигнут следующих результатов:

*Знания по предмету:*

Обучающиеся знают приемы выполнения простейших команд тренера преподавателя.

Обучающиеся знают основные правила организации и проведения спортивных игр.

Обучающиеся знают основные гигиенические требования, правила ЗОЖ и безопасного поведения в спортивном зале, на игровой площадке.

*Метапредметные умения:*

Обучающиеся умеют организовать и проводить Спортивные игры, объяснить правила игры.

Обучающиеся умеют самостоятельно распределять роли в игре, слышат и понимают друг друга.

*Личностное развитие*

Обучающиеся активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи.

Обучающиеся проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных игровых ситуациях.

## 2. Комплекс организационно- педагогических условий реализации программы.

### 2.1. Календарный тематический план

Месяц	Июнь			ВСЕГО Часов по ДООП
	№ недели	2	3	
1 мес Обуч	6	6	6	<b>18 часов</b>
Вид деятельности	У	У	У	

### 2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение:

Перекладина гимнастическая (пристеночная).

2. Стенка гимнастическая.

3. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.

4. Палка гимнастическая.

5. Скакалка детская.

6, Мат гимнастический.

7. Кегли

8. Планка для прыжков в высоту.

9. Стойка для прыжков в высоту, О.1Рулетка измерительная.

11. Щит баскетбольный тренировочный.

12. Сечка для переноса и хранения мячей.

13. Волейбольная сетка универсальная.

14. Сетка волейбольная.

15. Мяч малый (теннисный).

Пришкольный стадион (площадка), игровое поле для мини-футбола.

1. Компьютер.

2. Мультимедийный компьютер. Учебно-методическое обеспечение:

1. Рабочая программа курса.

2. Разработки игр.

### 2.3. Формы аттестации

Основной показатель реализации программы «Спортивные игры» - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях.

#### Способы проверки результатов

1. зачеты по теоретическим основам знаний (ежегодно);

2. тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (ежегодно);

3. анкетирование;

4. участие в соревнованиях;

5. сохранность контингента;

6. анализ уровня заболеваемости воспитанников.

#### 2.4. Методическое обеспечение программы

№п / п	Раздел, тема	Формы занятий	Приемы, методы	Дидактические материалы	Техническое оснащение	Формы контроля
1	<b>Спортивные игры</b> Мини-футбол Баскетбол Бадминтон	беседа, практическая деятельность, участие в соревнованиях	Рассказ, показ упражнения, беседа, игровой метод, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника			тестирование физических данных учащихся, наблюдение, соревнования, опрос
2	<b>«Спортивные игры»</b> Перестрелка Пионербол Салки	беседа, практическая деятельность, игразанятие	Рассказ, показ упражнения, беседа, игровой метод, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника			наблюдение
3	<b>Организация и проведение спортивных мероприятий</b>	эстафеты, участие в соревнованиях	Беседа, анализ и обсуждение своих действий и действий соперника			эстафета, соревнования, турнир, опрос

## **2.5. Список литературы**

- 1.Ю.Д. Железняк, Волейбол в школе, Москва «Просвещение», 1989г
- 2.В.С. Овгавор Играем в футбол 5-11 класс, изд. АСАР, Минск, 2010г
- 3.Дудина А.Л., Баскетбол в школе, изд. Удм. Гос. Университет, Ижевск 2010
- 4.Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры, изд. Москва ФиС, 2015 г
- 5.Физическая культура, методическое пособие, из. Дрофа, 2014г
- 6.Обучение двигательным действиям, изд. Москва просвещение, 1985г